Na cozinha do
Hernandes

Índice

01. Tomates recheados
02. Molho de tomate
03. Brie na massa folhada e geleia de pimenta
04. Bruschetta de Brie com rúcula e tomates confit
05. Bruschetta tradicional
06. Burrata com tomates confit e chips de parma
07. Salada de tomates Caprese
08. Atum selado com gergelim, purê de wasabi e arroz negro
09. Camarão ao catupiry
10. Tomates Confit
11. Polvo na Brasa
12. Spaghetti com camarão ao molho Alfredo

Índice

13.Pão Italiano
14. Vinagrete de Polvo
15. Fondue de pão com camarão
16. Fondue de pão com filé mignon
17. Kibe
18. Kani Croc
19. Arroz Basmati com camarão ao molho de coco e cúrcuma
20. Spaghetti de palmito pupunha à carbonara
21. Spaghetti de abobrinha com salmão

Índice

22. Salada crua com camarões na crosta de gergelim
23. Caldo de camarão
24. Caranguejo ao molho de coco

Tomates Recheados com Pasta de alcaparras

4 Tomates grandes
200g de Ricota;
150g de MAIONESE;
100g de ALCAPARRAS EM CONSERVA;
02colheres (sopa) de AZEITE EXTRA VIRGEM;
Salsinha, cebolinha, sal e pimenta do reino a gosto

Ralar a ricota, picar as alcaparras, salsinha e cebolinha;
Misturar a maionese, a ricota, azeite e as alcaparras;
Temperar com a pimenta, salsa, cebolinha e ajustar o sal se necessário.
Abrir uma tampa no tomate e tirar um pouco do sumo. Nesse espaço você vai colocar a pasta.

Dica do Hernandes:

Você pode substituir as alcaparras por azeitona

Molho de tomate Caseiro

4 Tomates grandes
200g de Ricota;
150g de MAIONESE;
100g de ALCAPARRAS EM CONSERVA;
02colheres (sopa) de AZEITE EXTRA VIRGEM;
Salsinha, cebolinha, sal e pimenta do reino a gosto1,5kg Tomates bem maduros, cortados em pedaços grandes
30 ml de Mel
40 ml de Vinagre balsâmico
200g Cebola branca picada
100g Cebola roxa picada
4 dentes de Alho picados
1 colher de café de pimenta dedo de moça picada
2 colheres de sopa de extrato de tomate
Bouquet Garni (alho poró, aipo, tomilho, salsa, alecrim, louro)

Refogar no azeite a cebola, alho e a pimenta dedo de moça
Juntar os demais ingredientes e cozinhar por pelo menos uma hora e meia em fogo baixo.
Ajuste o sal no final

Dica do Hernandes:

Pode deixar o molho mais rústico ou bater no liquidificador para um resultado mais homogêneo

Brie na massa folhada com geleia de pimenta

Queijo Brie
Massa Folhada
Geleia de pimenta
1 Gema

Abrir a massa folhada, colocar o brie e passar a geleia em cima do queijo. Fechar a massa num formato de trouxinha. Pincelar com a gema e levar ao forno 200°C por 15 minutos ou até ficar dourado.

Dica do Hernandes:

Você também pode utilizar uma forma circular para moldar a massa folhada.

Bruschetta de brie com tomates confit e rúcula

- Pão
- Tomates confit
- Queijo Brie
- Rúcula
- Sal
- Pimenta do reino
- Azeite
- Manjericão

Corte o pão em fatias
Regue com azeite
Coloque a rúcula, depois as fatias do queijo Brie e por último os tomates
Coloque uma pitada de sal e pimenta do reino (a gosto)
Leve ao forno pre aquecido por 5 a 7 minutos.
Retire do forno e coloque umas folhas de manjericão para decorar

Dica do Hernandes:

Você também pode maçaricar o queijo Brie.

Bruschetta tradicional

Fatias de pão Italiano, francês ou o nosso pão
Queijo parmesão
Tomates
Folhas de manjericão
Azeite
Vinagre Balsâmico
Pimenta do reino

Corte o pão em rodelas ou ao meio. Se cortar ao meio, lembre de cortar um pouco a parte de cima do pão para que ele fique nivelado e não tombe para os lados.
Em uma tigela misture tomates picados, queijo de sua preferência (o melhor é um parmesão ou grana padano ralado na hora), Pimenta do reino, azeite, vinagre balsâmico (pouco) e sal.
Coloque o recheio sob o pão, coloque umas folhas de manjericão e leve ao forno baixo por 10 minutos ou até o queijo derreter.

Dica do Hernandes:

Experimente com Mussarela de búfala

Burrata com tomates confit e chips de parma

Burrata
Tomates Confit
Presunto de parma
Azeite
Pimenta do reino
Sal

Retira a Burrata, coloque em uma recipiente para marinar com raspas de limão siciliano, pimenta do reino, sal e azeite
Coloque o presunto de parma em uma assadeira e leve ao forno por 20 minutos em fogo médio.
Monte seu prato da forma que achar melhor.

Dica do Hernandes:

Você pode adicionar tomates frescos também ou um pesto de manjericão.

Salada Caprese

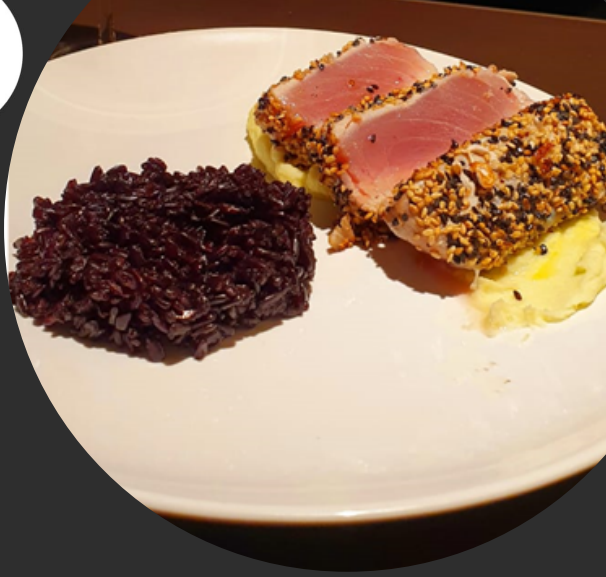
1 tomate grande ou 2 tomates médios
8 tomates cerejas
Azeite
Vinagre Balsâmico
Manjericão
Limão siciliano
Sal
Pimenta do reino
Rúcula

Colocar sal, azeite, pimenta do reino, folhas de manjericão e raspa de limão siciliano na Mussarela de Búfala e deixar descansar em um recipiente
Cortar os tomates livremente, em formatos diferentes. Colocar sal, pimenta do reino, azeite, 1 colher de sopa de vinagre balsâmico, folhas de manjericão e umas gotas de limão siciliano. Mistura um pouco e deixa descansar uns 5 minutos. Coloque a rúcula no fundo do prato e depois os tomates. Acomode a Mussarela no meio do prato, coloque umas folhas de manjericão pra decorar e regue com um pouco do caldo que o tomate soltou.

Dica do Hernandes:

Pode fazer com Burrata, ficará ainda mais gostoso.

Atum selado em crosta de gergelim, purê de wasabi e arroz negro



300g de lombo de atum
1 xícara de arroz negro
Gergelim branco e preto torrado
3 batatas inglesas
Creme de leite
Manteiga
Sal e pimenta do reino (a gosto)

Colocar o arroz junto com 3 xícaras de água em fogo baixo para cozinhar por 40 minutos.
Colocar a batata para cozinhar, amassar (em uma peneira para um melhor resultado), adicionar manteiga, creme de leite e uma colher de chá de wasabi. Misture tudo e adicione mais sal caso seja necessário.
Em um prato coloque o gergelim, sal e pimenta do reino. Empane o atum inteiro, tentando não deixar nenhuma parte descoberta. Coloque numa chapa ou frigideira com um fio de azeite e deixe em torno de 2 minutos de cada lado.

Dica do Hernandes:

Coloque o wasabi aos poucos, caso fique muito forte, adicione um pouco de leite na preparação do purê.

Camarão ao catupiry

2 batatas inglesa
400g de filé de camarão
3 colheres de molho de tomate caseiro
½ Limão
1 Tomate
½ Cebola ralada
2 dentes de alho ralado
1 colher de chá de Tomilho (seco ou fresco)
200g de catupiry
Queijo parmesão ou grana padano

Em uma travessa, amassar as batatas previamente cozidas em água e sal.
Em uma tigela, temperar o camarão com o suco de meio limão, sal e pimenta do reino. Após 5 minutos, descartar a água que o camarão soltou.
Numa frigideira grande, refogar rapidamente a cebola e o alho, adicionar o camarão e o tomilho.
Quando o camarão ficar rosa, adicionar o tomate cortado em cubos e as 3 colheres do molho de tomate.
Colocar o camarão por cima da batata, depois o catupiry e por fim o queijo ralado na hora.
Colocar a travessa forno até derreter o queijo

Dica do Hernandes:

Você também pode usar um maçarico para derreter/gratinar o queijo

Tomates confit

500g de tomate
3 dentes de alho
Vinagre balsâmico
Azeite
Alecrim
Louro
Manjericão
Tomilho
Pimenta do reino
Sal

Cortar os tomates livremente, sem um padrão e colocar em uma travessa.
Regar bem com azeite, sal, pimenta do reino e duas colheres de vinagre balsâmico
Adicionar folhas de louro, ramos de alecrim e manjericão fresco.
Adicionar os 3 dentes de alho cortados em fatias e levar ao forno em fogo baixo por 45 minutos.

Dica do Hernandes:

Quanto mais baixo o fogo mais saboroso ficará. Você pode botar a travessa em banho maria no forno, isso fará com a temperatura fique mais baixa.

Polvo na brasa

POLVO:
1kg de polvo
1 cebola inteira
2 colheres de shoyo
1/2 de Vinho branco
Dois dentes de alho
1 folha de louro
Sal grosso
Limão

MOLHO:
1 CS de Açafrão
1 CS de Manteiga
2 CS de Azeite
1 CS de sal groso

Lavar bem o Polvo, depois passa um pouco de sal grosso e limão. Espera um pouco e enxágua.
Coloca o polvo na panela de pressão com todos os ingredientes.
Desligar após 7 minutos de pressão
Na hora de levar pra grelha é só pincelar com o molho.

Dica do Hernandes:

Você pode utilizar uma chapa ao invés da grelha. Nesse caso é só untar com azeite antes de colocar o polvo.

Spaghetti com camarão ao molho Alfredo

Filé de camarão (10 a 15 unid. Por pessoa)
Espaguete (preferência por massas frescas ou a nossa massa)
Creme de leite
Manteiga
Sal
Pimenta do reino
Ervas finas (manjericão, tomilho, alecrim, orégano, salsa)
Limão
Cebola e alho

Deixar o camarão marinando por 5 minutos no limão, sal e pimenta do reino.
Cozinhar o espaguete apenas com sal (não colocar óleo na água)
Refogar alho e cebola no azeite, adicionar os camarões (lembrar de escorrer a água dele antes).
Assim que o camarão ficar rosa, adicionar manteiga e creme de leite.
Mexer até ficar homogêneo.
Adicionar o macarrão e servir.

Dica do Hernandes:

Rale um pouco de grana padano por cima.

Pão Italiano

1kg de farinha de trigo
10g de fermento biológico
20g de sal
600 ml de água

Numa tigela, coloque a farinha e abra um buraco no meio. Coloque o sal de um lado e o fermento do outro. Vá botando a água aos poucos e misturando com uma colher. Quando estiver em uma consistência mais rígida, use as mãos para misturar tudo. Assim que estiver incorporado, deixe a massa descansar por 10 minutos cobrindo-a com um pano.

Transfira para a massa para uma bancada, polvilhe farinha, sove a massa por 15 minutos e depois deixe-a descansar por 1 hora.

Sove por mais 5 minutos e depois deixe descansar mais 10.

Corte a massa ao meio e modele dois pães. Polvilhe com farinha de trigo ou unte com azeite uma assadeira e acomode os dois pães. Eles deverão descansar por 30 minutos. Enquanto isso pré-aqueça o forno a 220 graus.

Faça 3 cortes com um estilete na superfície do pão, borrife água sobre eles e leve ao forno por 30 minutos.

Dica do Hernandes:

Você pode fatiar e congelar o pão por até 1 mês. Fica mais fácil pra comer sempre que quiser.

Vinagrete de polvo

POLVO:
1kg de polvo
1 cebola inteira
2 colheres de shoyo
1/2 de Vinho branco
Dois dentes de alho
1 folha de louro
Sal grosso
Limão

VINAGRETE:
- 2 tomates picados
- 1 cebola picada
- 1 Colher sopa de sal
- Suco de 1/2 limão siciliano
- 1 Colher sopa de Páprica picante
- 3 colheres de sopa de vinagre
- Salsinha ou Coentro a gosto
- Pimenta do reino a gosto
- 1 Concha do caldo do polvo

Lavar bem o Polvo, depois passa um pouco de sal grosso e limão. Espera um pouco e enxágua.
Colocar o polvo na panela de pressão com todos os ingredientes e assim que pegar pressão, cozinhar por 7 minutos.
Cortar os tentáculos na diagonal, colocar num recipiente e adicionar todos os ingredientes do Vinagrete.

Dica do Hernandes:

Não descarte o caldo que fica na panela de pressão. Use-o para fazer um delicioso arroz

Fondue de Pão com Camarão

1 Pão Italiano
200g Filé de camarão
200g Queijo Gorgonzola
50g Queijo Parmesão
1 lata Creme de leite
¼ Cebola ralada
1 Dente Alho ralado

A gosto:
- Pimenta do reino
-Azeite
- Limão
- Sal

O Camarão:
Numa frigideira, refogue no azeite a cebola e o alho, adicione os camarões e vire-os assim que estiver começando a ficar rosados.

O Fondue:
Numa panela em fogo baixo, dilua o queijo no creme de leite.
Adicione os camarões, misture um pouco, acrescente pimenta do reino e corrija o sal.

O Pão:
Corte a "tampa" do pão, retire o miolo com cuidado e reserve.
Adicione o fondue e o queijo parmesão. Tampe e leve ao forno, preaquecido a 200 graus, por 5 minutos.

Dica do Hernandes:

Seque bem os camarões em papel toalha para que eles não soltem água durante o cozimento

Fondue de Pão com Filé Mignon

1 Pão Italiano
200g Filé em tiras ou cubos
200g Queijo Gorgonzola
50g Queijo Parmesão
1 lata Creme de leite

A gosto:
- Pimenta do reino
-Azeite
- Sal

O Filé:
Unte uma frigideira com azeite e adicione o filé, sal e pimenta, vire-os 1 minuto depois e reserve num papel alumínio.

O Fondue:
Numa panela em fogo baixo, dilua o queijo no creme de leite. Adicione o filé, misture um pouco e corrija o sal.

O Pão:
Corte a "tampa" do pão, retire o miolo com cuidado e reserve. Adicione o fondue e o queijo parmesão. Tampe e leve ao forno, preaquecido a 200 graus, por 5 minutos.

Dica do Hernandes:

Panela bem quente vai selar o filé de uma forma que o suco não escorra com facilidade.

Kibe

300g de carne moída
1 xícara de trigo para Kibe
1 xícara de água quente
2 colheres de hortelã
2 colheres de cebola picada
2 colheres de sal
1 colher de alho triturado
1/2 colher de pimenta da Síria

Mistura o trigo com a água e deixa hidratar por 30 minutos.
Adiciona os demais ingredientes, mistura bem, como se estivesse sovando uma massa de pão.
Deixa descansar por 30 minutos na geladeira
Moldar os kibes e fritar em óleo bem quente.

Dica do Hernandes:

Você pode congelar os kibes.

Kani Croc

Kani
Cream Cheese
Óleo
Farinha Panko

Corta o Kani em pedaços bem pequenos
Mistura com cream cheese
Faça bolinhas, como as de brigadeiro
Misture as bolinhas com farinha Panko
2 minutos no óleo e ta pronto!

Dica do Hernandes:

Você pode usar farinha de trigo ou bolacha cream cracker triturada.

Arroz Basmati com Camarão ao molho de coco e cúrcuma

- 1 xícara de arroz basmati
- 2 folhas de louro
- 1 Limão (raspas e sumo)
- 1 CS de Cúrcuma
- 1 Cebola ralada
- 2 Dentes de alho picados
- 200g de filé de Camarão
- 2 tomates sem pele picado
- Azeite, sal e Pimenta do reino a gosto

Para o Arroz

- Deixar descansando em água por 20 minutos
- Colocar um pouco de azeite na panela, acrescentar o arroz, as folhas de Louro e cobrir com água
- Após ferver, baixar o fogo e tampar por 10 minutos em média

Para o Molho

- Refogar o alho e a cebola no azeite
- Acrescentar os tomates picados, a cúrcuma e o leite de coco. Deixar em fogo baixo por 10 minutos
- Adicionar os camarões, raspa do limão e o suco do limão. Cozinhar por uns 5 minutos.
- Acertar o sal e a pimenta
- Adicionar o arroz, misturar e servir imediatamente.

Dica do Hernandes:

Você pode usar outro tipo de arroz também

Spaghetti de palmito pupunha à carbonara

- 200g de palmito em conserva tipo spaghetti
- 1 ovo
- 2 colheres de sopa de Parmesão ralado
- Meia cebola cortada em cubinhos
- 200g de bacon cortado em cubinhos
- Meia xícara de creme de leite fresco
- Sal, pimenta e salsinha (a gosto)

Em uma frigideira antiaderente, coloque o bacon para dourar com um fio de azeite.

Quando estiver dourado, adicione a cebola. (Ela vai dourar rapidamente, portanto, é bom baixar o fogo para ela não queimar)

Em um pote, misture o ovo, o creme de leite e o parmesão.

Adiciona o palmito na frigideira, mexe e após uns 15 segundos desliga o fogo, adiciona a pasta de ovos, creme de leite e parmesão.

Mistura vigorosamente até que fique bem cremoso.

Corrige o sal, adiciona pimenta do reino e salsinha (fresca ou desidratada)

Dica do Hernandes:

A clara cozinha muito rápido portanto você pode colocar 3 gemas ou 1 ovo no preparo.

Spaghetti de abobrinha com salmão

- 100g de abobrinha passada no ralador em espiral
- 1 CS de manteiga
- 100g de Salmão
- 1/2 limão espremido
- Raspas do limão
- 100ml de vinho branco
- 1 CS de queijo parmesão ralado
- sal e pimenta do reino a gosto

Em uma frigideira antiaderente coloque um pouco de azeite e em seguida o salmão com a pele para baixo. Coloque um pouco de sal e deixe em torno de 1 minutos de cada lado.

Retire o salmão e reserve.

Baixe o fogo, adicione a manteiga e em seguida o vinho. Mexa bem até a gordura do salmão soltar da frigideira e incorporar ao molho.

Adicione o suco do limão e as raspas.

Após o álcool do vinho evaporar (uns 45 segundos), adicione a abobrinha, misture bem, deixe o caldo reduzir e em seguida adicione o parmesão. Misture bem, corrija o sal e adicione a pimenta do reino.

Dica do Hernandes:

Seque bem o salmão para que ele não solte água e atrapalhe o cozimento

Salada crua com camarões na crosta de gergelim

150g de camarões
½ Limão
Azeite, sal e pimenta a gosto
Amêndoas laminadas
Castanhas
Gergelim
Repolho roxo
Alface americana
Rúcula
Tomate cereja
Vagem
Brócolis

- Repolho, vagem e brócolis devem passar 1 minuto na água fervente e depois ser colocado em uma recipiente com água gelada (branqueamento)
- Tempere a salada com azeite, sal, vinagre balsâmico e umas gotas de limão.
- Toste as amêndoas laminadas e as castanhas

Camarão:
- Tempere-os com sal, limão, azeite e pimenta do reino. Em seguida, adicione o gergelim ao Camarão.
- Em uma frigideira com um fio de azeite, coloque os camarões por 1 minuto cada lado (ou até ficar rosa).

Dica do Hernandes:

Colocar as amêndoas e castanhas apenas na hora de servir. Isso as manterão crocantes.

Caldo de camarão

500g de cascas e cabeça de camarão
½ cenoura em rodelas
2 CS de extrato de tomate
1 Cebola cortada grosseiramente
½ Cabeça de alho
1 Bouquet garni (Salsão, alho poró, salsa, manjericão, alecrim e louro

-Refogue no azeite a cebola, alho e cenoura.
-Adicione as cascas de camarão e misture até mudarem de cor.
-Adicione o extrato de tomate, o bouquet garni e cubra com água.
-Deixe ferver por 20 minutos.
-Coe e retorne para a panela por mais 5 minutos em fogo baixo.

Dica do Hernandes:

Retirar com uma escumadeira a espuma laranja que se formará quando o caldo começar a ferver

Caranguejo ao molho de coco

10 caranguejos
2 cebolas cortadas em pedaços grandes
4 tomates cortados em pedaços pequenos
1 cabeça de alho cortado em pedaços grandes
1 litro de leite de coco
200g de coco ralado fresco
Meio pimentão cortado em pedaços grandes
1 pimenta de cheiro bem picada
1 pimenta dedo de moça picada
Meio molho de coentro picado
1 colher de Páprica picante
1 colher de açafrão
3 colheres de sal
1 Litro de água

1. Lavar bem os caranguejos com uma escovinha.
2. Colocar azeite, 1 cebola e 2 tomates cortados em pedaços grandes
3. Acomodar os caranguejos
4. Colocar os demais ingredientes
5. Após iniciar a fervura, manter em fogo baixo por 1 hora

Dica do Hernandes:

Coco fresco ralado dará um maior sabor ao caranguejo .

Instagram
@nacozinhadohernandes
Clique e conheça
mais receitas e dicas!